Письмо №8

*«О терпении»*

**Добрый день, уважаемые родители первоклашек! Сегодня разговор пойдет о терпении.**

Мы хотим научиться в отношениях с нашим ребенком терпению.

А что такое терпение?

Терпеть (см. Викисловарь) – переносить неприятное ощущение или состояние

ждать чего-либо без ропота, возражений

мириться с наличием, существованием кого-либо, чего-либо

Собственно, если терпения у меня не хватает, значит,

я не переношу, не могу ждать и смириться - это и называется нетерпением. Нетерпимостью.

Итак, нам предстоит:

1. НАУЧИТЬСЯ ПРИНИМАТЬ ИЛИ РАЗРЕШАТЬ (СЕБЕ).

Психологи говорят: нас раздражает в других то, что мы в себе не признаем или себе не разрешаем.

**А если разрешить?**

Например: я не могу терпеть его медлительности. А попробуйте **разрешить себе не торопиться**.

Или: меня раздражает, когда ребенок по любому пустяку обращается ко мне за помощью.

А когда последний раз я просил(а) кого-то помочь мне?

*Кстати, если Вы просите человека о помощи, то даете ему возможность «отдать».*

*Жадность, эгоизм, равнодушие, эмоциональная холодность – все эти качества имеют причиной нарушение баланса «принимать – отдавать».*

1. НАУЧИТЬСЯ ЖДАТЬ. Мы же все умеем это делать, вспомните. Да, ожидание может быть тревожным. Но: хочешь научить – жди.

Но ждать тоже надо уметь - если нервничаешь, «стоишь над душой» – ребенок это чувствует

и делает хуже, чем мог бы.

*Вы водите машину? Вспомните, как вы начинали. И как Вам было, когда Вас учил водить близкий человек. Нервничает – и начинаешь жать не на те педали, машина глохнет, сам дергаешься...*

*Гораздо свободнее мы чувствуем себя с инструктором: человек спокоен, как удав, и объясняет столько раз, сколько надо. Он умеет водить, но не ведет машину вместо нас.*

**Поиграйте в инструктора, когда ребенок должен научиться что-то делать сам!**

1. С**МИР**иться. Или по**МИР**иться. Или пересмотреть свои ожидания, вспомнив, что ребенок – это отдельный от меня человек. И тогда - **ДОГОВОР**иться.

Вариантов много. Выбирайте любой, только не войну –

в войне не бывает победителей.







<https://ru.images.search.yahoo.com/yhs/search>